



Se entiende por catarro de vías altas (CVA) el proceso caracterizado por: mucosidad nasal clara, tos, molestias de garganta y ligero aumento de temperatura, que evoluciona hacia la curación espontáneamente en el curso de 3-7 días.

Los niños menores de 4 años pueden presentar de 6-8 procesos al año; siendo más frecuentes en la época de otoño-invierno, si asiste a guarderías, tiene hermanos mayores o está expuesto al humo del tabaco.

Los niños con resfriados tendrán menos apetito y tenderán a estar más molestos mientras dure el catarro; incluso, podrán tener más dificultades para dormir.

Los padres deben de saber que son **procesos benignos**.

Y que **los antibióticos no curan los catarros**, ya que sabemos que son producidos por virus.

**Sólo podemos tratar los síntomas** y, especialmente los más molestos, como son:

- Si hay obstrucción nasal: lavados de fosas nasales con suero fisiológico y aspiración cuidadosa de las mismas.
- Deberá aportar líquidos por vía oral en pequeñas dosis (para evitar inapetencia posterior), pero de forma frecuente para permitir que el niño degluta las secreciones.
- Para aliviar las molestias de garganta, puede usar *paracetamol* o *ibuprofeno*.
- Igualmente, usar antitérmicos para disminuir la temperatura en el caso de tener más de 38º C en axila (38,4º rectal) o si el niño está molesto.
- Intentar mantener una humedad adecuada en el domicilio y administrar un medicamento para la tos (prescrito por su pediatra) en el caso que el niño no pueda dormir adecuadamente por ella.

**Deberá acudir a su pediatra ante las siguientes situaciones:**

- Niño menor de 3 meses
- Dolor de oídos o llanto e irritabilidad nocturna.
- Dificultad para respirar.
- Duración del proceso más de 10 días, con aparición de mucosidad verdosa o amarillenta y espesa.
- Decaimiento o malestar general.
- Vómitos.

No vaya a su pediatra buscando algo para el CVA, porque no hay ningún medicamento que sirva, ni mucolíticos ni antibióticos ni descongestionantes.

Piense que si estos medicamentos no son útiles, tomarlos puede ser incluso perjudicial.

